













10



## اجتماعيات

# افتتاح الدورة الثانية لمؤتمر مجمع البحوث الإسلامية بالقاهرة



السيد حسن الشافعي نائب رئيس المجمع الإسلامي ورئيس اللجنة التنفيذية للمجمع الإسلامي في القاهرة، يفتتح الدورة الثانية لمؤتمر المجمع الإسلامي بالقاهرة.

## اشراكيتنا أساس العمل الاجتماعي وزيادة الإنتاج وزيادة الطاقة الروحية

مبارك في العلم فقد اهل الاستعمار المسيوطين مكان العرب والمسلمين في أرض فلسطين وهو اليوم يقف من طريق الميثاق العربية السلاح واليد الى اسرائيل والتحكيم في الرد على هذا التحدي للإسلام والمسلمين والعرب. ولما نتج عن هذا الرد على هذا التحدي... (The text continues with a detailed analysis of the political and social challenges facing the Arab and Muslim world at the time, emphasizing the need for unity and spiritual energy to overcome colonial oppression.)

افتتح السيد حسن الشافعي نائب رئيس المجمع الإسلامي ورئيس اللجنة التنفيذية للمجمع الإسلامي في القاهرة، الدورة الثانية لمؤتمر المجمع الإسلامي بالقاهرة. وحضره... (The text describes the opening ceremony and the presence of various religious and political figures.)

وقد افتتح السيد حسن الشافعي نائب رئيس المجمع الإسلامي ورئيس اللجنة التنفيذية للمجمع الإسلامي في القاهرة، الدورة الثانية لمؤتمر المجمع الإسلامي بالقاهرة. وحضره... (This section continues the report on the conference, detailing the speeches and discussions held during the opening session.)

## مواعيد الصلاة

الجمعة ١٢ / ٥ / ١٩٦٥	الجمعة ١٣ / ٥ / ١٩٦٥
الصبح : الساعة ٥:٠٠	الصبح : الساعة ٥:٠٠
الظهر : الساعة ١٢:٠٠	الظهر : الساعة ١٢:٠٠
المغرب : الساعة ٦:٠٠	المغرب : الساعة ٦:٠٠
العشاء : الساعة ٧:٠٠	العشاء : الساعة ٧:٠٠

## حالة الجو اليوم

البحر	السماء	الرياح	الحرارة
حالة البحر : هادئة	السماء : صافية	الرياح : شمالية غربية	الحرارة : ٢٤ - ٣٠

## درجات الحرارة أمس واليوم

السماء	البحر	الرياح	الحرارة
السماء : صافية	البحر : هادئة	الرياح : شمالية غربية	الحرارة : ٢٤ - ٣٠

## مطار القاهرة الدولي

٥٧ طائرة هبطت اليوم في مطار القاهرة الدولي. وتحتل قائمة الطائرات القادمة من... (The text provides a list of the aircraft that landed at the airport, including their origins and destinations.)

## لشوات

تم تعويم السفينة الليبية بيل بيتي الجالسة خارج بوغاز الاسكندرية ليلة... (The text reports on the rescue of a Libyan ship and other maritime incidents.)

## التيارات

في مؤتمر القادسيين بقر الشيخ... (The text discusses the activities and decisions of the Qadisiyya movement.)

## ضرورة ربط الحركة القادسية بالنظم السياسي

أعلن السيد حسن الشافعي نائب رئيس المجمع الإسلامي ورئيس اللجنة التنفيذية للمجمع الإسلامي في القاهرة، ضرورة ربط الحركة القادسية بالنظم السياسي... (The text argues for the political engagement of the Qadisiyya movement.)

## أدوية الربو والحساسية

أدوية الربو والحساسية... (The text lists various medications used for treating asthma and allergies.)

## أدوية الكبد والمرارة

أدوية الكبد والمرارة... (The text lists various medications used for treating liver and gallbladder diseases.)

## محاضرات وندوات

الجمعية الإسلامية لطب لهر العيني... (The text lists various lectures and seminars organized by the Islamic Society for the Study of the Human Body.)

دكتور نبيل عبد الله الاح... (The text mentions a lecture by Dr. Nabil Abdallah al-Ah.)

دكتور عادل جندى... (The text mentions a lecture by Dr. Adal Jandi.)

دكتور شكرى حنا بسملوط... (The text mentions a lecture by Dr. Shukri Hana Basmalut.)

دكتور شكرى حنا بسملوط... (The text mentions a lecture by Dr. Shukri Hana Basmalut.)

دكتور شكرى حنا بسملوط... (The text mentions a lecture by Dr. Shukri Hana Basmalut.)

دكتور شكرى حنا بسملوط... (The text mentions a lecture by Dr. Shukri Hana Basmalut.)

دكتور شكرى حنا بسملوط... (The text mentions a lecture by Dr. Shukri Hana Basmalut.)

دكتور شكرى حنا بسملوط... (The text mentions a lecture by Dr. Shukri Hana Basmalut.)

دكتور شكرى حنا بسملوط... (The text mentions a lecture by Dr. Shukri Hana Basmalut.)

دكتور شكرى حنا بسملوط... (The text mentions a lecture by Dr. Shukri Hana Basmalut.)

دكتور شكرى حنا بسملوط... (The text mentions a lecture by Dr. Shukri Hana Basmalut.)

دكتور شكرى حنا بسملوط... (The text mentions a lecture by Dr. Shukri Hana Basmalut.)

دكتور شكرى حنا بسملوط... (The text mentions a lecture by Dr. Shukri Hana Basmalut.)

دكتور شكرى حنا بسملوط... (The text mentions a lecture by Dr. Shukri Hana Basmalut.)

دكتور شكرى حنا بسملوط... (The text mentions a lecture by Dr. Shukri Hana Basmalut.)

دكتور شكرى حنا بسملوط... (The text mentions a lecture by Dr. Shukri Hana Basmalut.)

دكتور شكرى حنا بسملوط... (The text mentions a lecture by Dr. Shukri Hana Basmalut.)

دكتور شكرى حنا بسملوط... (The text mentions a lecture by Dr. Shukri Hana Basmalut.)

دكتور شكرى حنا بسملوط... (The text mentions a lecture by Dr. Shukri Hana Basmalut.)

دكتور شكرى حنا بسملوط... (The text mentions a lecture by Dr. Shukri Hana Basmalut.)

دكتور شكرى حنا بسملوط... (The text mentions a lecture by Dr. Shukri Hana Basmalut.)

دكتور شكرى حنا بسملوط... (The text mentions a lecture by Dr. Shukri Hana Basmalut.)



صدقة أدلة تصدق

صدقة أدلة تصدق

في عام ١٨٨٨ وضع تصميم لخطوط  
البريد في مصر من قبل  
البريد في مصر من قبل  
البريد في مصر من قبل

استقال البارون هيرتس فيلدهايم  
عن منصبه كرئيس لـ  
البريد في مصر من قبل  
البريد في مصر من قبل

استقال البارون هيرتس فيلدهايم  
عن منصبه كرئيس لـ  
البريد في مصر من قبل  
البريد في مصر من قبل

غرائب الطبيعة

غرائب الطبيعة

عالة القالب

فأخر من أمريكا  
فأخر من أمريكا

فأخر من أمريكا  
فأخر من أمريكا

طائرات الاطفال

طائرات الاطفال

تستقل من  
اجل العلم

تستقل من  
اجل العلم

علم

علم

علم

علم

البريد في مصر من قبل

البريد في مصر من قبل

البريد في مصر من قبل

البريد في مصر من قبل

البريد في مصر من قبل

البريد في مصر من قبل

البريد في مصر من قبل

البريد في مصر من قبل

البريد في مصر من قبل

البريد في مصر من قبل

البريد في مصر من قبل

البريد في مصر من قبل

البريد في مصر من قبل

البريد في مصر من قبل

البريد في مصر من قبل

البريد في مصر من قبل

البريد في مصر من قبل

البريد في مصر من قبل

البريد في مصر من قبل

البريد في مصر من قبل

البريد في مصر من قبل

البريد في مصر من قبل

البريد في مصر من قبل

البريد في مصر من قبل

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

اعلانات مختارة

ديكسان

ديكسان

ديكسان

ديكسان



آل الفايش بكنيسة شيراتو والقضاة  
بنوعن آل جوم الشيخ

**محمد عبد الرحمن الفاييس**  
والد المهندس عبد المجيد مدير مصنع  
السكر ولب الورق بادعو وعبد الحميد  
ومحمد بالقوات المسلحة بسعد بالقوات  
الوحدية وحرم مصطفى أبو ناهم بوسني  
الشيخ فهد الرحمن شيخ معهد منوف  
السابق وأمين السادة الشيخ فهد  
الشيخ بالبحر وعبد الفتاح بالبحر

وَأَخُوهُ وَعَبْدُ الْعَالِ إِسْمَاعِيلُ وَأَخُوهُ

يوسف اللطيف محمد وأخوه ومجاهد  
 الملاقة محمد عمدة كتيسة شيراز  
 والهاشمي عبدالمعمر مدير منطقة خطوط  
 الكهرباء ياسوان وعبد اللطيف رئيس  
 محكمة بفا وعبد الفتاح وسري وصلاح  
 الباقاوين العرب ورسد - جيل للبرق  
 يوسف محمد غربي بالمعاش رئيس الجيد  
 يوسف المستشار بالنقاس وعبدالحمن  
 واحد عبد الفتاح وسامي  
 المدرسين بالتاوي والاعصادي وعبد

الحمد خليفة شيخ البلد وعبد الرحمن  
عبد العظيم والدكتور سالم شتا بمحطة

الماء بشريين وأسمايل عبد الفتاح  
بالقوة العربية وعبد الفتاح القصارى  
بالقوة التجلدية والشيخ محمد حنانه  
وأخوته وأرب ونيب علقاك خريك  
والرفية والجورى والنجار بكيسة  
شيراتو وأبو نغم بكفر أبو عام وشنا  
والقصارى ومحمد بشيراتو السمانى  
بجناح والقى والدجون وخليفه بجزرة  
نكلا وحسانه والأصول والعثمان  
بالقصة ومعاله بدعتهور وعثمان

بغشاة شبراكو وخطاب بقريه  
وشيعت الجنزة افس بكتيسة نعيشيت

حيث أقيمت ليلة التأم - تنفرا في  
سبون

---

**فقيد أسرة الأعصر  
بالشرقية**  
توفي لرحمة الله للرحوم المهندس  
سيد أحمد إبراهيم الأعصر

مدیر نمون محافظۃ الاسماعیلیه  
ابن المرحوم الحاج ابراهيم الاعصر

١٠٤٠  
 ١٠٤١  
 ١٠٤٢  
 ١٠٤٣  
 ١٠٤٤  
 ١٠٤٥  
 ١٠٤٦  
 ١٠٤٧  
 ١٠٤٨  
 ١٠٤٩  
 ١٠٥٠  
 ١٠٥١  
 ١٠٥٢  
 ١٠٥٣  
 ١٠٥٤  
 ١٠٥٥  
 ١٠٥٦  
 ١٠٥٧  
 ١٠٥٨  
 ١٠٥٩  
 ١٠٦٠  
 ١٠٦١  
 ١٠٦٢  
 ١٠٦٣  
 ١٠٦٤  
 ١٠٦٥  
 ١٠٦٦  
 ١٠٦٧  
 ١٠٦٨  
 ١٠٦٩  
 ١٠٧٠  
 ١٠٧١  
 ١٠٧٢  
 ١٠٧٣  
 ١٠٧٤  
 ١٠٧٥  
 ١٠٧٦  
 ١٠٧٧  
 ١٠٧٨  
 ١٠٧٩  
 ١٠٨٠  
 ١٠٨١  
 ١٠٨٢  
 ١٠٨٣  
 ١٠٨٤  
 ١٠٨٥  
 ١٠٨٦  
 ١٠٨٧  
 ١٠٨٨  
 ١٠٨٩  
 ١٠٩٠  
 ١٠٩١  
 ١٠٩٢  
 ١٠٩٣  
 ١٠٩٤  
 ١٠٩٥  
 ١٠٩٦  
 ١٠٩٧  
 ١٠٩٨  
 ١٠٩٩  
 ١١٠٠  
 ١١٠١  
 ١١٠٢  
 ١١٠٣  
 ١١٠٤  
 ١١٠٥  
 ١١٠٦  
 ١١٠٧  
 ١١٠٨  
 ١١٠٩  
 ١١١٠  
 ١١١١  
 ١١١٢  
 ١١١٣  
 ١١١٤  
 ١١١٥  
 ١١١٦  
 ١١١٧  
 ١١١٨  
 ١١١٩  
 ١١٢٠  
 ١١٢١  
 ١١٢٢  
 ١١٢٣  
 ١١٢٤  
 ١١٢٥  
 ١١٢٦  
 ١١٢٧  
 ١١٢٨  
 ١١٢٩  
 ١١٣٠  
 ١١٣١  
 ١١٣٢  
 ١١٣٣  
 ١١٣٤  
 ١١٣٥  
 ١١٣٦  
 ١١٣٧  
 ١١٣٨  
 ١١٣٩  
 ١١٤٠  
 ١١٤١  
 ١١٤٢  
 ١١٤٣  
 ١١٤٤  
 ١١٤٥  
 ١١٤٦  
 ١١٤٧  
 ١١٤٨  
 ١١٤٩  
 ١١٥٠  
 ١١٥١  
 ١١٥٢  
 ١١٥٣  
 ١١٥٤  
 ١١٥٥  
 ١١٥٦  
 ١١٥٧  
 ١١٥٨  
 ١١٥٩  
 ١١٦٠  
 ١١٦١  
 ١١٦٢  
 ١١٦٣  
 ١١٦٤  
 ١١٦٥  
 ١١٦٦  
 ١١٦٧  
 ١١٦٨  
 ١١٦٩  
 ١١٧٠  
 ١١٧١  
 ١١٧٢  
 ١١٧٣  
 ١١٧٤  
 ١١٧٥  
 ١١٧٦  
 ١١٧٧  
 ١١٧٨  
 ١١٧٩  
 ١١٨٠  
 ١١٨١  
 ١١٨٢  
 ١١٨٣  
 ١١٨٤  
 ١١٨٥  
 ١١٨٦  
 ١١٨٧  
 ١١٨٨  
 ١١٨٩  
 ١١٩٠  
 ١١٩١  
 ١١٩٢  
 ١١٩٣  
 ١١٩٤  
 ١١٩٥  
 ١١٩٦  
 ١١٩٧  
 ١١٩٨  
 ١١٩٩  
 ١٢٠٠  
 ١٢٠١  
 ١٢٠٢  
 ١٢٠٣  
 ١٢٠٤  
 ١٢٠٥  
 ١٢٠٦  
 ١٢٠٧  
 ١٢٠٨  
 ١٢٠٩  
 ١٢١٠  
 ١٢١١  
 ١٢١٢  
 ١٢١٣  
 ١٢١٤  
 ١٢١٥  
 ١٢١٦  
 ١٢١٧  
 ١٢١٨  
 ١٢١٩  
 ١٢٢٠  
 ١٢٢١  
 ١٢٢٢  
 ١٢٢٣  
 ١٢٢٤  
 ١٢٢٥  
 ١٢٢٦  
 ١٢٢٧  
 ١٢٢٨  
 ١٢٢٩  
 ١٢٣٠  
 ١٢٣١  
 ١٢٣٢  
 ١٢٣٣  
 ١٢٣٤  
 ١٢٣٥  
 ١٢٣٦  
 ١٢٣٧  
 ١٢٣٨  
 ١٢٣٩  
 ١٢٤٠  
 ١٢٤١  
 ١٢٤٢  
 ١٢٤٣  
 ١٢٤٤  
 ١٢٤٥  
 ١٢٤٦  
 ١٢٤٧  
 ١٢٤٨  
 ١٢٤٩  
 ١٢٥٠  
 ١٢٥١  
 ١٢٥٢  
 ١٢٥٣  
 ١٢٥٤  
 ١٢٥٥  
 ١٢٥٦  
 ١٢٥٧  
 ١٢٥٨  
 ١٢٥٩  
 ١٢٦٠  
 ١٢٦١  
 ١٢٦٢  
 ١٢٦٣  
 ١٢٦٤  
 ١٢٦٥  
 ١٢٦٦  
 ١٢٦٧  
 ١٢٦٨  
 ١٢٦٩  
 ١٢٧٠  
 ١٢٧١  
 ١٢٧٢  
 ١٢٧٣  
 ١٢٧٤  
 ١٢٧٥  
 ١٢٧٦  
 ١٢٧٧  
 ١٢٧٨  
 ١٢٧٩  
 ١٢٨٠  
 ١٢٨١  
 ١٢٨٢  
 ١٢٨٣  
 ١٢٨٤  
 ١٢٨٥  
 ١٢٨٦  
 ١٢٨٧  
 ١٢٨٨  
 ١٢٨٩  
 ١٢٩٠  
 ١٢٩١  
 ١٢٩٢  
 ١٢٩٣  
 ١٢٩٤  
 ١٢٩٥  
 ١٢٩٦  
 ١٢٩٧  
 ١٢٩٨  
 ١٢٩٩  
 ١٣٠٠  
 ١٣٠١  
 ١٣٠٢  
 ١٣٠٣  
 ١٣٠٤  
 ١٣٠٥  
 ١٣٠٦  
 ١٣٠٧  
 ١٣٠٨  
 ١٣٠٩  
 ١٣١٠  
 ١٣١١  
 ١٣١٢  
 ١٣١٣  
 ١٣١٤  
 ١٣١٥  
 ١٣١٦  
 ١٣١٧  
 ١٣١٨  
 ١٣١٩  
 ١٣٢٠  
 ١٣٢١  
 ١٣٢٢  
 ١٣٢٣  
 ١٣٢٤  
 ١٣٢٥  
 ١٣٢٦  
 ١٣٢٧  
 ١٣٢٨  
 ١٣٢٩  
 ١٣٣٠  
 ١٣٣١  
 ١٣٣٢  
 ١٣٣٣  
 ١٣٣٤  
 ١٣٣٥  
 ١٣٣٦  
 ١٣٣٧  
 ١٣٣٨  
 ١٣٣٩  
 ١٣٤٠  
 ١٣٤١  
 ١٣٤٢  
 ١٣٤٣  
 ١٣٤٤  
 ١٣٤٥  
 ١٣٤٦  
 ١٣٤٧  
 ١٣٤٨  
 ١٣٤٩  
 ١٣٥٠  
 ١٣٥١  
 ١٣٥٢  
 ١٣٥٣  
 ١٣٥٤

إلهية للفول بالاسكندرية والدكتور

أبراهيم هنادي الأستاذ بالكلية العربية  
 ابن أخ السيد محمد إبراهيم الأعصر  
 وهو النواب السابق والسيد محمد  
 حسن الأسمر الحلي وزوج شقيقة  
 السيد استلا حسن الأعصر المفتي بوزارة  
 الشؤون الاجتماعية وميد العزيز مراد  
 في الشرطة بوزارة الصحة والدمشق  
 ابن شقيقة وكيل ابن خلدون التتوي  
 افتخر على عسكر هذه الطائفة

سبعينية والأستاذ عبدالقادر الطحاوي  
ت. لاهور، بالتصويرة والفقه في رب ونبينا

١١٠  
 ١١١  
 ١١٢  
 ١١٣  
 ١١٤  
 ١١٥  
 ١١٦  
 ١١٧  
 ١١٨  
 ١١٩  
 ١٢٠  
 ١٢١  
 ١٢٢  
 ١٢٣  
 ١٢٤  
 ١٢٥  
 ١٢٦  
 ١٢٧  
 ١٢٨  
 ١٢٩  
 ١٣٠  
 ١٣١  
 ١٣٢  
 ١٣٣  
 ١٣٤  
 ١٣٥  
 ١٣٦  
 ١٣٧  
 ١٣٨  
 ١٣٩  
 ١٤٠  
 ١٤١  
 ١٤٢  
 ١٤٣  
 ١٤٤  
 ١٤٥  
 ١٤٦  
 ١٤٧  
 ١٤٨  
 ١٤٩  
 ١٥٠  
 ١٥١  
 ١٥٢  
 ١٥٣  
 ١٥٤  
 ١٥٥  
 ١٥٦  
 ١٥٧  
 ١٥٨  
 ١٥٩  
 ١٦٠  
 ١٦١  
 ١٦٢  
 ١٦٣  
 ١٦٤  
 ١٦٥  
 ١٦٦  
 ١٦٧  
 ١٦٨  
 ١٦٩  
 ١٧٠  
 ١٧١  
 ١٧٢  
 ١٧٣  
 ١٧٤  
 ١٧٥  
 ١٧٦  
 ١٧٧  
 ١٧٨  
 ١٧٩  
 ١٨٠  
 ١٨١  
 ١٨٢  
 ١٨٣  
 ١٨٤  
 ١٨٥  
 ١٨٦  
 ١٨٧  
 ١٨٨  
 ١٨٩  
 ١٩٠  
 ١٩١  
 ١٩٢  
 ١٩٣  
 ١٩٤  
 ١٩٥  
 ١٩٦  
 ١٩٧  
 ١٩٨  
 ١٩٩  
 ٢٠٠  
 ٢٠١  
 ٢٠٢  
 ٢٠٣  
 ٢٠٤  
 ٢٠٥  
 ٢٠٦  
 ٢٠٧  
 ٢٠٨  
 ٢٠٩  
 ٢١٠  
 ٢١١  
 ٢١٢  
 ٢١٣  
 ٢١٤  
 ٢١٥  
 ٢١٦  
 ٢١٧  
 ٢١٨  
 ٢١٩  
 ٢٢٠  
 ٢٢١  
 ٢٢٢  
 ٢٢٣  
 ٢٢٤  
 ٢٢٥  
 ٢٢٦  
 ٢٢٧  
 ٢٢٨  
 ٢٢٩  
 ٢٣٠  
 ٢٣١  
 ٢٣٢  
 ٢٣٣  
 ٢٣٤  
 ٢٣٥  
 ٢٣٦  
 ٢٣٧  
 ٢٣٨  
 ٢٣٩  
 ٢٤٠  
 ٢٤١  
 ٢٤٢  
 ٢٤٣  
 ٢٤٤  
 ٢٤٥  
 ٢٤٦  
 ٢٤٧  
 ٢٤٨  
 ٢٤٩  
 ٢٥٠  
 ٢٥١  
 ٢٥٢  
 ٢٥٣  
 ٢٥٤  
 ٢٥٥  
 ٢٥٦  
 ٢٥٧  
 ٢٥٨  
 ٢٥٩  
 ٢٦٠  
 ٢٦١  
 ٢٦٢  
 ٢٦٣  
 ٢٦٤  
 ٢٦٥  
 ٢٦٦  
 ٢٦٧  
 ٢٦٨  
 ٢٦٩  
 ٢٧٠  
 ٢٧١  
 ٢٧٢  
 ٢٧٣  
 ٢٧٤  
 ٢٧٥  
 ٢٧٦  
 ٢٧٧  
 ٢٧٨  
 ٢٧٩  
 ٢٨٠  
 ٢٨١  
 ٢٨٢  
 ٢٨٣  
 ٢٨٤  
 ٢٨٥  
 ٢٨٦  
 ٢٨٧  
 ٢٨٨  
 ٢٨٩  
 ٢٩٠  
 ٢٩١  
 ٢٩٢  
 ٢٩٣  
 ٢٩٤  
 ٢٩٥  
 ٢٩٦  
 ٢٩٧  
 ٢٩٨  
 ٢٩٩  
 ٣٠٠  
 ٣٠١  
 ٣٠٢  
 ٣٠٣  
 ٣٠٤  
 ٣٠٥  
 ٣٠٦  
 ٣٠٧  
 ٣٠٨  
 ٣٠٩  
 ٣١٠  
 ٣١١  
 ٣١٢  
 ٣١٣  
 ٣١٤  
 ٣١٥  
 ٣١٦  
 ٣١٧  
 ٣١٨  
 ٣١٩  
 ٣٢٠  
 ٣٢١  
 ٣٢٢  
 ٣٢٣  
 ٣٢٤  
 ٣٢٥  
 ٣٢٦  
 ٣٢٧  
 ٣٢٨  
 ٣٢٩  
 ٣٣٠  
 ٣٣١  
 ٣٣٢  
 ٣٣٣  
 ٣٣٤  
 ٣٣٥  
 ٣٣٦  
 ٣٣٧  
 ٣٣٨  
 ٣٣٩  
 ٣٤٠  
 ٣٤١  
 ٣٤٢  
 ٣٤٣  
 ٣٤٤  
 ٣٤٥  
 ٣٤٦  
 ٣٤٧  
 ٣٤٨  
 ٣٤٩  
 ٣٥٠  
 ٣٥١  
 ٣٥٢  
 ٣٥٣  
 ٣٥٤  
 ٣٥٥  
 ٣٥٦  
 ٣٥٧  
 ٣٥٨  
 ٣٥٩  
 ٣٦٠  
 ٣٦١  
 ٣٦٢  
 ٣٦٣  
 ٣٦٤  
 ٣٦٥  
 ٣٦٦  
 ٣٦٧  
 ٣٦٨  
 ٣٦٩  
 ٣٧٠  
 ٣٧١  
 ٣٧٢  
 ٣٧٣  
 ٣٧٤  
 ٣٧٥  
 ٣٧٦  
 ٣٧٧  
 ٣٧٨  
 ٣٧٩  
 ٣٨٠  
 ٣٨١  
 ٣٨٢  
 ٣٨٣  
 ٣٨٤  
 ٣٨٥  
 ٣٨٦  
 ٣٨٧  
 ٣٨٨  
 ٣٨٩  
 ٣٩٠  
 ٣٩١  
 ٣٩٢  
 ٣٩٣  
 ٣٩٤  
 ٣٩٥  
 ٣٩٦  
 ٣٩٧  
 ٣٩٨  
 ٣٩٩  
 ٤٠٠  
 ٤٠١  
 ٤٠٢  
 ٤٠٣  
 ٤٠٤  
 ٤٠٥  
 ٤٠٦  
 ٤٠٧  
 ٤٠٨  
 ٤٠٩  
 ٤١٠  
 ٤١١  
 ٤١٢  
 ٤١٣  
 ٤١٤  
 ٤١٥  
 ٤١٦  
 ٤١٧  
 ٤١٨  
 ٤١٩  
 ٤٢٠  
 ٤٢١  
 ٤٢٢  
 ٤٢٣  
 ٤٢٤  
 ٤٢٥  
 ٤٢٦  
 ٤٢٧  
 ٤٢٨  
 ٤٢٩  
 ٤٣٠  
 ٤٣١  
 ٤٣٢  
 ٤٣٣  
 ٤٣٤  
 ٤٣٥  
 ٤٣٦  
 ٤٣٧  
 ٤٣٨  
 ٤٣٩  
 ٤٤٠  
 ٤٤١  
 ٤٤٢  
 ٤٤٣  
 ٤٤٤  
 ٤٤٥  
 ٤٤٦  
 ٤٤٧  
 ٤٤٨  
 ٤٤٩  
 ٤٥٠  
 ٤٥١  
 ٤٥٢  
 ٤٥٣  
 ٤٥٤  
 ٤٥٥  
 ٤٥٦  
 ٤٥٧  
 ٤٥٨  
 ٤٥٩  
 ٤٦٠  
 ٤٦١  
 ٤٦٢  
 ٤٦٣  
 ٤٦٤  
 ٤٦٥  
 ٤٦٦  
 ٤٦٧  
 ٤٦٨  
 ٤٦٩  
 ٤٧٠  
 ٤٧١  
 ٤٧٢  
 ٤٧٣  
 ٤٧٤  
 ٤٧٥  
 ٤٧٦  
 ٤٧٧  
 ٤٧٨  
 ٤٧٩  
 ٤٨٠  
 ٤٨١

ساعة الحادية عشرة اليوم بغزة العصر  
بار و كبير حيث تقام ليلة الماتم تلفواحي

عبد اللطيف الهوارى

بهاكتور بدر الدين بمؤسسة الطيران

[illegible]

العلم الانثى بالنسوة والبرعى بالقاهر  
يبيت الجلالة من منزل القيد

نوبل كانت أمس جائزة المرحومة السيدة  
الآن نشأت عبد الله عسكرك  
مصطفى الجوهري مهندس  
وكرمته المرحوم عبد الله  
عمدة الرشيدة وشقيقة سحر  
الفرح

تأسس بنجاره القصر العيني وقرب  
تأسس وعسكر والميداني بالقرشية وتوسيع

الدولة العثمانية وحسن يوسف تزيين الجواهر  
 وشيخة بالانستودية  
 تزيين الجواهر شارع بونابرت امبايه  
 قبة سقط سوا في نبي للرجوم  
 العظام  
 حسن محمد محمد حسن  
 المدير العام بالطرق سابقا  
 ابن عم تزيين حسن المديري  
 الكلمات بيورسعيد ومحمد حسن  
 المديري

مدرس  
د. بوزلانس ليورسفيد والفيطار  
د. محمد حسان بالشركة العربي

١٤  
 ١٥  
 ١٦  
 ١٧  
 ١٨  
 ١٩  
 ٢٠  
 ٢١  
 ٢٢  
 ٢٣  
 ٢٤  
 ٢٥  
 ٢٦  
 ٢٧  
 ٢٨  
 ٢٩  
 ٣٠  
 ٣١  
 ٣٢  
 ٣٣  
 ٣٤  
 ٣٥  
 ٣٦  
 ٣٧  
 ٣٨  
 ٣٩  
 ٤٠  
 ٤١  
 ٤٢  
 ٤٣  
 ٤٤  
 ٤٥  
 ٤٦  
 ٤٧  
 ٤٨  
 ٤٩  
 ٥٠  
 ٥١  
 ٥٢  
 ٥٣  
 ٥٤  
 ٥٥  
 ٥٦  
 ٥٧  
 ٥٨  
 ٥٩  
 ٦٠  
 ٦١  
 ٦٢  
 ٦٣  
 ٦٤  
 ٦٥  
 ٦٦  
 ٦٧  
 ٦٨  
 ٦٩  
 ٧٠  
 ٧١  
 ٧٢  
 ٧٣  
 ٧٤  
 ٧٥  
 ٧٦  
 ٧٧  
 ٧٨  
 ٧٩  
 ٨٠  
 ٨١  
 ٨٢  
 ٨٣  
 ٨٤  
 ٨٥  
 ٨٦  
 ٨٧  
 ٨٨  
 ٨٩  
 ٩٠  
 ٩١  
 ٩٢  
 ٩٣  
 ٩٤  
 ٩٥  
 ٩٦  
 ٩٧  
 ٩٨  
 ٩٩  
 ١٠٠

١٠ - التباح يوسف حمزة وفريد  
١١ - حسن وحمزة والتفسي

وکیفہ اور  
بالقسطہ بشرط الطریقہ دقتہ  
عطا اللہ بیورسمید  
یمن



























# القلوب والصدمات العاطفية تؤدي إلى ظهور حب الشباب

## أهذي المناقشات أثناء تناول الطعام وامتنعي عن وضع أي ماكياج



علاج حب الشباب يكون على يد أخصائي الأمراض الجلدية وليس على يد أخصائي التجميل.



صاحبه علاج موسى .. ويغلب علاج حب الشباب مربيات الكبريت واليشرة الدهنية ويضع الكبريت في قفصه كعربية أو عسل مثل ٢ كبريت في عسل كلابيا أو تراكيب محفورة مثل «سائل» أو «سائل»

أما البثرة الجافة فيقدها الكريم أو الرامم ويضع الكبريت في قفصه المساحيق الجافة مع لبنة خاصة من الكبريت .. وبلى الكبريت في الأوعية حامض الساليسيليك أو الريزوسين أو الزينك على حسب الحالة .. ولكن يجب الاحتياط عند استعمال الأدوية من التعرض للشمس وفي هذه الحالة نضع فوراً ويستعمل منها بضع آخر

**الامتناع عن الماكياج**  
ينصح .. الفارمير بكونه استعمال الصابون لإزالة المواد الدهنية وكثير من الكبريت والفولات التي تحتوي عليها المكياج المنقحة .. والبشرة الجافة يناسبها صابون يحتوي على مادته مثل صابون «سوبر دانت» أما البثرة الدهنية فيقدها الصابون الذي يحتوي على مادة قابضة مثل «البيتادونا»

وبالنسبة للماكياج فكما أحتوى على كريمات دهنية كلما ازداد حدة حب الشباب .. أما المساحيق الجافة فلا تضر كثيراً ولكن يحسن الفرغ للملاصق وعدم وضع المكياج أثناء فترة العلاج حتى لا تتساقط الأدوية مع مستحضرات التجميل المختلفة .. واستعمال الكريم مفر جداً للبشرة الدهنية خوفاً من انسداد فتحات المسام فتجفجج الإفرازات الدهنية وينحسر إفراز الفدة وتظهر الحبوب وتتميز الكبريتات ولكن تنظيف البشرة وفتح المسام أهم ألف مرة من وضع الكريم .. من طرق غسل الوجه بالماء الفاتر والصابون عدة مرات في اليوم من عدم استعمال القوة في التنظيف وعدم (تعبير) الحبوب خوفاً من ترك علامات ويقع قد تكون دالة ..

وإذا كانت الحبوب كثيرة ومزعجة فعلاج جراحي بسيط يشفي الحالة ليس الطحاوي

الرابعة عشرة ويصل إلى حده الأدنى بين الخامسة عشرة والخامسة والعشرين ثم يعود إلى الظهور مرة أخرى في سن اليأس ..

**تتبعين :**  
كما أن نقص فيتامين «أ» يدعو إلى ظهور حب الشباب

**طريقة العلاج :**  
إن طريقة العلاج تقوم بغير دواء في ظهور حب الشباب أو عدم ظهوره .. فالدواء البثرة هو الحياة الصحية جدا والتنمى غير المنظم والاكثار بسرعة كما أن النوم والصدمات العاطفية والكثير وعدم الراحة وفلة معدة سمات النوم تزيد حدة حب الشباب .. فلا يوجد حب الشباب إذا كان الصبران الانقباض متواظراً فالبشرة تمسك بإخلاص الانقباض والقلوب

حاولي إذن أن تعيش حياة سليمة وصحية وانزادولي بعض أنواع الرياضة غير الميمنة على التناسل كالسباحة مثلا أو التي في الهواء الطلق

**أني الجوى :**  
الجوى له اعتبار أيضاً في حبس حب الشباب فزيادة حب الشباب في البثرة الدهنية في الشتاء نظراً لوفرة الإفرازات الدهنية وكثرة تناولها في الباردة ويقل في الصيف .. غير أن هناك حالات مصحوبة بوفرة في إفراز العرق فيكون هناك إفراز دهني عرق في نفس الوقت

**الأكال بيطه**  
وعلاج حب الشباب يكون بالتغذية أولاً .. بمعنى الامتناع عن الإفراط في تناول الدهنيات والنشويات والسكريات لأنها تزيد من حدة حب الشباب .. ولبس الأكثار من تناول الخضروات والفواكه الطازجة

ولكن طريقة ذلك أهم من قائمة طعامك فكلي بيطه وامضلي الأكل جيداً وخذي وجباتك في مواعيد منتظمة وفي جو هادئ لطيف .. وتجنبي المناقشات وأنت على المائدة .. وبعد الأكل امضتي جسمك بعض الراحة لتسهل الهضم

**العلاج الموضعي**  
العلاج السابق يصبح مجدياً إذا

التهوى الربيع وقالوا أنه موسم ازدهار الزهور كما أنه موسم ازدهار حب الشباب على الوجه مع فرق هو أن الربيع يميل إلى الازدهار ويختفي ولكن حب الشباب يظل باقياً لا يتأثر وفارق آخر هو أن ربيع حب الشباب ربيع الفصول أما ربيع حب الشباب فهو ربيع الحياة لأنه في الحقيقة لا يظهر إلا في فترة المراهقة فيؤثر على نفسية الفتاة ويسبب عليها أجمل فترة في حياتها

والحقيقة التي يجب أن نعرفها كل فتاة أن العلاج من حب الشباب لا يكون على يد أخصائي في التجميل ولكنه يكون على يد أخصائي في الأمراض الجلدية إن حب الشباب لا يؤثر على الصحة العامة للجسم لأن من الممكن أن تكون الفتاة متمتعة بصحة جيدة وفي الوقت نفسه يكون وجهها مغطى بحب الشباب ومن الخطأ الاعتقاد بأن الزواج يساعد على اختفاء هذا المرض ..

**كيف يظهر حب الشباب**  
ولكن هناك عدة عوامل أساسية تؤثر على ظهور حب الشباب كما يتناول د. محمد القزواهي استأثر الأمراض الجلدية بطب القاهرة :

**البشرة الدهنية :**  
إن صاحبة البشرة الدهنية معروفة أكثر من غيرها لأصابتها حب الشباب وخاصة لو أملت في العناية بصحة ونظافة بشرتها .. ولو حسرت على التعرض للهواء النقي وأيضاً الإهتمام بالصحة العامة للجسم وعلاج أي مرض قد يتعرض له .. فإن ذلك يساعد على عدم التعرض لحب الشباب

**حالة الهرمونات :**  
حب الشباب مرتبط ارتباطاً وثيقاً بحياة الهرمونات وأهمها هرمونات الجنس .. وهرمون الذكور عند الفتاة وعند الشباب على حد سواء يدعو إلى ظهور المرض وبالكس هرمون الجنس الخاص بالأنثى يقيد في علاج حب الشباب في الجنين

ويبدأ حب الشباب عادة في الظهور عند الفتاة في سن الثالثة عشرة أو

# إذا كنت موظفة أنسخي نفسك ولو يوماً واحداً في الشهر اجازة تجميل

هذه المرأة العظيمة كم هي مشغولة بالتعامل والمقابلات أنها مشغولة بين أكثر من جهة .. بين الزلاء .. والضيوف .. والمجلس .. والزيارات والاجتماعات .. وكل جهة تشدنا وتشدنا معها من ناحية .. فنتحركها وننتقلها كل يوم موهلة .. جولة الأصابع .. لتتأكد من صحة وضعها أو حتى تصالح فيها ما أفسده الزمان والوقت من جمالها وصحتها .. فنتكون النتيجة أن تصاب البثرة والحبوب والكدمات والجروح الأخرى بالأمراض .. وتبدل عيناها .. وتغير العادات في وجهها يومئذ ..



يزنح التجميل لايسود صحة قسط والفر من التوم

وتدبر فترة طويلة قبل أن تكشف المرأة المثلثة أنها فكتت الكثير نتيجة أحاسيسها لنفسها .. وأنها أصبحت لملأ في حلة جديدة .. إلى بعض الرمال ..

في هذه الحالة يتقرر عليها اختصاصي التجميل .. إن فكتت اجازة صحية تجميلية ولو يوماً واحداً في الشهر .. بحيث تسمى لبه لكل جزء من جسمها الراحة الكاملة .. ولتضمن هذا اليوم «يوم التجميل»

**برنامج «يوم التجميل»**  
بعد أن تحدد المرأة المثلثة اليوم الذي ستطبخ فيه .. إن تتقرر من كل التزاماتها تبدأ بتزكيز أحاسيسها أولاً على المائدة والوجبات البهنية كله .. وهو من أول فكتها الإفطار والنوم السليم ..

فكتها اجازة في هذا اليوم .. ولا تتناول أكثر من بضع مسح الدواكه والخضروات ولتأكل من السلطة ..

وإذا فكتت مسلية بالأمسك نتيجة الجلوس فترات طويلة في العمل فلتتناول لبنياً في اليوم السابق للاجازة وفي ليلة نفس اليوم تلي تم مسلية التنظيف الكاملة للجهاز البهني ..

أما الفاكهة والخضروات التي ستستخدمها في ذلك اليوم .. فيشتد عليها أن تكون طازجة .. وأن لا يتم صهرها إلا في اللحظة التي ستتناولها فيها .. ومن الدواكه والخضروات المنقحة .. الجريب فروت .. والبرتقال .. والليمون .. والكمون .. والسيخ .. والجزر .. والبطيخ ..

وأيضا يلي نموذج برنامج يوم الصحة والجمال :

الغذاء : كوب كبير من عصير المانجا

ويعد نصف ساعة فنجان من القهوة إذا فكتت لاستخدام الاستحمام هنا .. فكتها ١١ : طبق من عصير الخضروات مع عصير ليمونة ..

الساعة ١٢ : طبق من شوربة الخضروات .. ومن كبة من طبق من عصير الكرفس والجزر والمشمش والتوتوس ..

الساعة ٢ : كوب من عصير الطماطم

الساعة ٣ : كوب من عصير الطماطم

الساعة ٤ : كوب من عصير الطماطم

الساعة ٥ : كوب من عصير الطماطم

الساعة ٦ : كوب من عصير الطماطم

الساعة ٧ : كوب من عصير الطماطم

الساعة ٨ : كوب من عصير الطماطم

الساعة ٩ : كوب من عصير الطماطم

الساعة ١٠ : كوب من عصير الطماطم



يزنح التجميل لايسود صحة قسط والفر من التوم

وتدبر فترة طويلة قبل أن تكشف المرأة المثلثة أنها فكتت الكثير نتيجة أحاسيسها لنفسها .. وأنها أصبحت لملأ في حلة جديدة .. إلى بعض الرمال ..

في هذه الحالة يتقرر عليها اختصاصي التجميل .. إن فكتت اجازة صحية تجميلية ولو يوماً واحداً في الشهر .. بحيث تسمى لبه لكل جزء من جسمها الراحة الكاملة .. ولتضمن هذا اليوم «يوم التجميل»

**برنامج «يوم التجميل»**  
بعد أن تحدد المرأة المثلثة اليوم الذي ستطبخ فيه .. إن تتقرر من كل التزاماتها تبدأ بتزكيز أحاسيسها أولاً على المائدة والوجبات البهنية كله .. وهو من أول فكتها الإفطار والنوم السليم ..

فكتها اجازة في هذا اليوم .. ولا تتناول أكثر من بضع مسح الدواكه والخضروات ولتأكل من السلطة ..

وإذا فكتت مسلية بالأمسك نتيجة الجلوس فترات طويلة في العمل فلتتناول لبنياً في اليوم السابق للاجازة وفي ليلة نفس اليوم تلي تم مسلية التنظيف الكاملة للجهاز البهني ..

أما الفاكهة والخضروات التي ستستخدمها في ذلك اليوم .. فيشتد عليها أن تكون طازجة .. وأن لا يتم صهرها إلا في اللحظة التي ستتناولها فيها .. ومن الدواكه والخضروات المنقحة .. الجريب فروت .. والبرتقال .. والليمون .. والكمون .. والسيخ .. والجزر .. والبطيخ ..

وأيضا يلي نموذج برنامج يوم الصحة والجمال :

الغذاء : كوب كبير من عصير المانجا



# أطراف لك في المطبخ

**الطريقة :**  
١ - يكر البيش واحدة بعد الأخرى في قفصان ثم يلقى إلى السليطية الكبيرة حتى تتكسر من جودة البيش ..  
٢ - يضاف البيش جيداً باليد ..  
٣ - تصفى الكرية والملح إلى البيش وتفق ..  
٤ - توضع الزبدة في الطاسة وتفرغ على النار ..  
٥ - تدف الزبدة على نار متوسطة ..  
٦ - يضاف البيش إلى الزبدة ..  
٧ - يقلب الخليط برفعة على نار منخفضة حتى يجفد الخليط ثم يرفع عن النار ويترك سافاً ..

**عند الشراء**  
لا بد أن تكون الفرخة تامة التجهيز من الفركشة يزرع الكيس البلاستيك فوراً خارج الكيس الداخلي المحصوي على الرطوبة والكود وطعمها في العسل .. فمن الدجاجة في الفريز يجرى فركشة الفركشة في حالة عدم استعمالها في نفس اليوم ولا أصبحت عرقه الطيف ..

**عند الطهي**  
يصلح الدجاج اللطخ للطور بطريقة الشواء الرستواو فاجازة أو بالفرن أو دجاج بالجلوتين ..

**الرستو**  
يصلح طريقة الرستو جميع الأجزاء تقطع الفرخة بعد أن تلام قلوبان اللحم إلى سكين من طول أو إلى أربعة أرباعاً من الفرخة .. ففضل جيداً بالملح والفلفل وتقلل من عصير الليمون وتتركه في قفص الفرخة في سينية مدونة بمسح ويدهن الوجه بمسح وعصير الطماطم .. نطفي في الفرن على نار مغلقة ويلاحظ أنها تستغرق من ١/٢ ساعة إلى ساعة ونصف حسب الحجم .. يمكن أن يوضع حب الدجاج في الصينية بطمس مسبقاً فكل من النضج واليافعة ..

يصلح طريقة الرستو جميع الأجزاء تقطع الفرخة بعد أن تلام قلوبان اللحم إلى سكين من طول أو إلى أربعة أرباعاً من الفرخة .. ففضل جيداً بالملح والفلفل وتقلل من عصير الليمون وتتركه في قفص الفرخة في سينية مدونة بمسح ويدهن الوجه بمسح وعصير الطماطم .. نطفي في الفرن على نار مغلقة ويلاحظ أنها تستغرق من ١/٢ ساعة إلى ساعة ونصف حسب الحجم .. يمكن أن يوضع حب الدجاج في الصينية بطمس مسبقاً فكل من النضج واليافعة ..

يصلح طريقة الرستو جميع الأجزاء تقطع الفرخة بعد أن تلام قلوبان اللحم إلى سكين من طول أو إلى أربعة أرباعاً من الفرخة .. ففضل جيداً بالملح والفلفل وتقلل من عصير الليمون وتتركه في قفص الفرخة في سينية مدونة بمسح ويدهن الوجه بمسح وعصير الطماطم .. نطفي في الفرن على نار مغلقة ويلاحظ أنها تستغرق من ١/٢ ساعة إلى ساعة ونصف حسب الحجم .. يمكن أن يوضع حب الدجاج في الصينية بطمس مسبقاً فكل من النضج واليافعة ..

يصلح طريقة الرستو جميع الأجزاء تقطع الفرخة بعد أن تلام قلوبان اللحم إلى سكين من طول أو إلى أربعة أرباعاً من الفرخة .. ففضل جيداً بالملح والفلفل وتقلل من عصير الليمون وتتركه في قفص الفرخة في سينية مدونة بمسح ويدهن الوجه بمسح وعصير الطماطم .. نطفي في الفرن على نار مغلقة ويلاحظ أنها تستغرق من ١/٢ ساعة إلى ساعة ونصف حسب الحجم .. يمكن أن يوضع حب الدجاج في الصينية بطمس مسبقاً فكل من النضج واليافعة ..

يصلح طريقة الرستو جميع الأجزاء تقطع الفرخة بعد أن تلام قلوبان اللحم إلى سكين من طول أو إلى أربعة أرباعاً من الفرخة .. ففضل جيداً بالملح والفلفل وتقلل من عصير الليمون وتتركه في قفص الفرخة في سينية مدونة بمسح ويدهن الوجه بمسح وعصير الطماطم .. نطفي في الفرن على نار مغلقة ويلاحظ أنها تستغرق من ١/٢ ساعة إلى ساعة ونصف حسب الحجم .. يمكن أن يوضع حب الدجاج في الصينية بطمس مسبقاً فكل من النضج واليافعة ..

يصلح طريقة الرستو جميع الأجزاء تقطع الفرخة بعد أن تلام قلوبان اللحم إلى سكين من طول أو إلى أربعة أرباعاً من الفرخة .. ففضل جيداً بالملح والفلفل وتقلل من عصير الليمون وتتركه في قفص الفرخة في سينية مدونة بمسح ويدهن الوجه بمسح وعصير الطماطم .. نطفي في الفرن على نار مغلقة ويلاحظ أنها تستغرق من ١/٢ ساعة إلى ساعة ونصف حسب الحجم .. يمكن أن يوضع حب الدجاج في الصينية بطمس مسبقاً فكل من النضج واليافعة ..

يصلح طريقة الرستو جميع الأجزاء تقطع الفرخة بعد أن تلام قلوبان اللحم إلى سكين من طول أو إلى أربعة أرباعاً من الفرخة .. ففضل جيداً بالملح والفلفل وتقلل من عصير الليمون وتتركه في قفص الفرخة في سينية مدونة بمسح ويدهن الوجه بمسح وعصير الطماطم .. نطفي في الفرن على نار مغلقة ويلاحظ أنها تستغرق من ١/٢ ساعة إلى ساعة ونصف حسب الحجم .. يمكن أن يوضع حب الدجاج في الصينية بطمس مسبقاً فكل من النضج واليافعة ..

يصلح طريقة الرستو جميع الأجزاء تقطع الفرخة بعد أن تلام قلوبان اللحم إلى سكين من طول أو إلى أربعة أرباعاً من الفرخة .. ففضل جيداً بالملح والفلفل وتقلل من عصير الليمون وتتركه في قفص الفرخة في سينية مدونة بمسح ويدهن الوجه بمسح وعصير الطماطم .. نطفي في الفرن على نار مغلقة ويلاحظ أنها تستغرق من ١/٢ ساعة إلى ساعة ونصف حسب الحجم .. يمكن أن يوضع حب الدجاج في الصينية بطمس مسبقاً فكل من النضج واليافعة ..

يصلح طريقة الرستو جميع الأجزاء تقطع الفرخة بعد أن تلام قلوبان اللحم إلى سكين من طول أو إلى أربعة أرباعاً من الفرخة .. ففضل جيداً بالملح والفلفل وتقلل من عصير الليمون وتتركه في قفص الفرخة في سينية مدونة بمسح ويدهن الوجه بمسح وعصير الطماطم .. نطفي في الفرن على نار مغلقة ويلاحظ أنها تستغرق من ١/٢ ساعة إلى ساعة ونصف حسب الحجم .. يمكن أن يوضع حب الدجاج في الصينية بطمس مسبقاً فكل من النضج واليافعة ..

يصلح طريقة الرستو جميع الأجزاء تقطع الفرخة بعد أن تلام قلوبان اللحم إلى سكين من طول أو إلى أربعة أرباعاً من الفرخة .. ففضل جيداً بالملح والفلفل وتقلل من عصير الليمون وتتركه في قفص الفرخة في سينية مدونة بمسح ويدهن الوجه بمسح وعصير الطماطم .. نطفي في الفرن على نار مغلقة ويلاحظ أنها تستغرق من ١/٢ ساعة إلى ساعة ونصف حسب الحجم .. يمكن أن يوضع حب الدجاج في الصينية بطمس مسبقاً فكل من النضج واليافعة ..



الجيل الساطع  
على الموضة

يضمون  
وذكروا  
« بينات

رسوم برشة  
سنة البيسي

النسبة للتتالي الخالد فلختاري لو  
مثلة نوحا بلوزة مارينير مزخرفة  
لت سودية رفيعة وستند قليلا على

● فستان بديكوتيته على  
محددة بغطاءة بارزة ●  
والوسط يحيطه حزام ذو  
برنسيس وجاذ

ناعم بجلكت كروائيه ونفسه الفقيه  
أعلى الصدر والديكوتيته عند مستوى  
الرقبة والأكمام ميكية وطويلة . أما  
الجيب فمستقيمة .

فستان بكورساج مكم وكروائيه وزين  
بـ ٣ أزداد وزهرة . الأكمام واجلان  
ونواكز والجيوب بفسرة عسيلة ل  
متناسق الجم ..

ناعم جيبب منسعة بواسطة كسرتين  
عسيتين وجاكيت ببول كلاسيك وبانطراف  
لا تقليل وإنما تقليل بالآذار نولم .  
وتزين الجاكيت بـ ٤ لآليات جيوب .

بكورساج مكم  
عند نهايتها بزهرة  
لجيب منسعة قليلا  
بنسات «

1401150

الرغبة يعلوه كحل صغير مغلوب والكمال نواكح . أما الجيب فانسائية .

[illegible]

● فستان بديكوتيته على  
محددة بغطاءة بارزة ●  
والوسط يحيطه حزام ذو  
برنسيس وجاذ

ناعم بجلكت كروائيه ونفسه الفقيه  
أعلى الصدر والديكوتيته عند مستوى  
الرقبة والأكمام ميكية وطويلة . أما  
الجيب فمستقيمة .

فستان بكورساج مكم وكروائيه وزين  
بـ ٣ أزداد وزهرة . الأكمام واجلان  
ونواكز والجيوب بفسرة عسيلة ل  
متناسق الجم ..

ناعم جيبب منسعة بواسطة كسرتين  
عسيتين وجاكيت ببول كلاسيك وبانطراف  
لا تقليل وإنما تقليل بالآذار نولم .  
وتزين الجاكيت بـ ٤ لآليات جيوب .

بكورساج مكم  
عند نهايتها بزهرة  
لجيب منسعة قليلا  
بنسات «

1401150

01/10/2011



الرئيسية

# عمليات التكوين والتنظيم الكروية التي يعين تنفيذها قبل الموسم القادم!

لعل نخب نظام دوري الارتداد ودوري المطاليم؟

كيف نقضي على عوامل الارتخاف في عناصر اللعبة؟

أين العناية بالقاعدة وما سوى الفرق؟

قبل مصر الكروية، بعد أن استنفدت الكثرة وطمنا المستحيل من أجل الكرة فكان جازوا جزءا من نشاطها فقامت الدولة الرياضية والجمعية، وتخطتها الأخرى تنمى، بل أنها قشت عليها واحدة مما كان شأنها، ولا مصلحة لدية واحسن منها مستوى فقامت، وبدا القاد الكروي الحلى يسرى على مصر بلقى فيها من حما ويقضى على والارواح الحالية فكرة القدم فسادة

قبل أن ينهى الموسم الحالي لكرة القدم، وبعد أن أخذت اللعبة الشعبية من اهتمامات كانت تقضى على اللعبات الأخرى، اعتقد أن من واجبا جديدا أن تدارس «الواقع» للعبة وأن تقوم بعملية تقويم للموسم، وتقوية عملية تنظيم للموسم الجديد قبل أن يبدأ بوقت كاف، لتقضى على «الضعف» الموسمي الحالي وتحاول خلق جو ثقافي للعبة في مصر، وتحتل أهدافها من تربية اللاعبين الذين يمارسها، وترقية وتدريب اللاعبين المطلوب أن تجرى على عاتق اتحاد كرة القدم ولجنته الفنية والثقافة، وكلها يحسن أن تتركز في واحدة، لأن الخلل الأول من حولها قد ينعكس الطريق للتقدم في دراسته.

اتفاق رشيق ٥٠ فلانا بيروفا حيا الشباب فيأروفا هرايك ١٣ سنة



## سوى الجمال الحركة

ليس أشق على نفس المرء وهو يكتب عن الجباز الرائع في بلد من البلاد أن يتذكر ضياع الجباز في بلده وهو لعبة أساسية لا يدانها في مستوى الأهمية سوى ألعاب القوى والسباحة، الركائز الثلاث لأي محاولة نهضة رياضية تحقق أهداف الرياضة التربوية والأولمبية الأصلية التي نسيناها في مصر، وبسبب هذا النسيان كان التخلف الرياضي الشنيع الذي لا ندركه الآن، أو الذي «لا نريد» أن ندركه على وجه التحقيق!



## الزانة وأهدافها.. ورفتم علاؤغيتها الجديد

في الأسبوع الحالي سجل البطل العربي الساعد علاؤغيتها رقما قياسيا عربيا جديدا في الوثب بالزانة هو ٣.٩ متر طافرا بالرقم طفرة كبيرة وتوقلا مسابقة الزانة من حضيض مستوى محلى ضعيف غاية الضعف إلى أعقاب المستوى الدولي القبول - ففد سنة واحدة كان رقما العربي ٣.٩٨ متر، وفي الموسم الحالي ارتفع به غيته إلى ٤.٠٩ متر، ثم ٤.١٢، ٤.٢١، ٤.٣١ وأخيرا ٤.٣٩ متر.

علاؤغيتها ثاقبه حمره ٢٠ سنة، طالب بكلية الطب بولمبياتى الجوزة وهو برهه الجديده يفرش نفسه بين نجوم الرياضة في مصر لعام ١٩٦٥ لأنه أحد الرياضيين القلائل الذين انضموا إلى مسابقات قيمة جديدة، بل قيمة كبيرة ففد ٣٢ سبقتا، كان يسكن أن تكلفا - لولا - عدة سنوات - والحديث من علاؤغيتها مسابقة الوثب بالزانة، وهي من أجمل مسابقات ألعاب القوى، يجزى إلى الحديث من أرقام الزانة العالية وإظهارها وذكرياتها التي لا تنساها كل متابع لألعاب القوى المصرية - فالرقم الحالي للزانة ٢.٩٨ متر وقد سجله الأمريكي جاتسون عام ١٩٦٤ قبل دورة طوكيو، وقد كان موسم ١٩٦٤ موسم الزانة، فيه ظهر لأول مرة ليف من الأبطال الذين تجاوزوا ٤ أمتار، وأن كان ليكولا يثنى القطنى هو الذى بدأ كتابة القصة اختار قبلها سنة ثم عام في الزحام - وفيما يلي احسن ابطال الزانة في العالم.

١٩٦٤	ليف	٤.٣٩
١٩٦٣	ليف	٤.٣١
١٩٦٢	ليف	٤.٢١
١٩٦١	ليف	٤.١٢
١٩٦٠	ليف	٤.٠٩
١٩٥٩	ليف	٣.٩٨
١٩٥٨	ليف	٣.٩٨
١٩٥٧	ليف	٣.٩٨
١٩٥٦	ليف	٣.٩٨
١٩٥٥	ليف	٣.٩٨
١٩٥٤	ليف	٣.٩٨
١٩٥٣	ليف	٣.٩٨
١٩٥٢	ليف	٣.٩٨
١٩٥١	ليف	٣.٩٨
١٩٥٠	ليف	٣.٩٨
١٩٤٩	ليف	٣.٩٨
١٩٤٨	ليف	٣.٩٨
١٩٤٧	ليف	٣.٩٨
١٩٤٦	ليف	٣.٩٨
١٩٤٥	ليف	٣.٩٨
١٩٤٤	ليف	٣.٩٨
١٩٤٣	ليف	٣.٩٨
١٩٤٢	ليف	٣.٩٨
١٩٤١	ليف	٣.٩٨
١٩٤٠	ليف	٣.٩٨
١٩٣٩	ليف	٣.٩٨
١٩٣٨	ليف	٣.٩٨
١٩٣٧	ليف	٣.٩٨
١٩٣٦	ليف	٣.٩٨
١٩٣٥	ليف	٣.٩٨
١٩٣٤	ليف	٣.٩٨
١٩٣٣	ليف	٣.٩٨
١٩٣٢	ليف	٣.٩٨
١٩٣١	ليف	٣.٩٨
١٩٣٠	ليف	٣.٩٨
١٩٢٩	ليف	٣.٩٨
١٩٢٨	ليف	٣.٩٨
١٩٢٧	ليف	٣.٩٨
١٩٢٦	ليف	٣.٩٨
١٩٢٥	ليف	٣.٩٨
١٩٢٤	ليف	٣.٩٨
١٩٢٣	ليف	٣.٩٨
١٩٢٢	ليف	٣.٩٨
١٩٢١	ليف	٣.٩٨
١٩٢٠	ليف	٣.٩٨
١٩١٩	ليف	٣.٩٨
١٩١٨	ليف	٣.٩٨
١٩١٧	ليف	٣.٩٨
١٩١٦	ليف	٣.٩٨
١٩١٥	ليف	٣.٩٨
١٩١٤	ليف	٣.٩٨
١٩١٣	ليف	٣.٩٨
١٩١٢	ليف	٣.٩٨
١٩١١	ليف	٣.٩٨
١٩١٠	ليف	٣.٩٨
١٩٠٩	ليف	٣.٩٨
١٩٠٨	ليف	٣.٩٨
١٩٠٧	ليف	٣.٩٨
١٩٠٦	ليف	٣.٩٨
١٩٠٥	ليف	٣.٩٨
١٩٠٤	ليف	٣.٩٨
١٩٠٣	ليف	٣.٩٨
١٩٠٢	ليف	٣.٩٨
١٩٠١	ليف	٣.٩٨
١٩٠٠	ليف	٣.٩٨
١٨٩٩	ليف	٣.٩٨
١٨٩٨	ليف	٣.٩٨
١٨٩٧	ليف	٣.٩٨
١٨٩٦	ليف	٣.٩٨
١٨٩٥	ليف	٣.٩٨
١٨٩٤	ليف	٣.٩٨
١٨٩٣	ليف	٣.٩٨
١٨٩٢	ليف	٣.٩٨
١٨٩١	ليف	٣.٩٨
١٨٩٠	ليف	٣.٩٨
١٨٨٩	ليف	٣.٩٨
١٨٨٨	ليف	٣.٩٨
١٨٨٧	ليف	٣.٩٨
١٨٨٦	ليف	٣.٩٨
١٨٨٥	ليف	٣.٩٨
١٨٨٤	ليف	٣.٩٨
١٨٨٣	ليف	٣.٩٨
١٨٨٢	ليف	٣.٩٨
١٨٨١	ليف	٣.٩٨
١٨٨٠	ليف	٣.٩٨
١٨٧٩	ليف	٣.٩٨
١٨٧٨	ليف	٣.٩٨
١٨٧٧	ليف	٣.٩٨
١٨٧٦	ليف	٣.٩٨
١٨٧٥	ليف	٣.٩٨
١٨٧٤	ليف	٣.٩٨
١٨٧٣	ليف	٣.٩٨
١٨٧٢	ليف	٣.٩٨
١٨٧١	ليف	٣.٩٨
١٨٧٠	ليف	٣.٩٨
١٨٦٩	ليف	٣.٩٨
١٨٦٨	ليف	٣.٩٨
١٨٦٧	ليف	٣.٩٨
١٨٦٦	ليف	٣.٩٨
١٨٦٥	ليف	٣.٩٨
١٨٦٤	ليف	٣.٩٨
١٨٦٣	ليف	٣.٩٨
١٨٦٢	ليف	٣.٩٨
١٨٦١	ليف	٣.٩٨
١٨٦٠	ليف	٣.٩٨
١٨٥٩	ليف	٣.٩٨
١٨٥٨	ليف	٣.٩٨
١٨٥٧	ليف	٣.٩٨
١٨٥٦	ليف	٣.٩٨
١٨٥٥	ليف	٣.٩٨
١٨٥٤	ليف	٣.٩٨
١٨٥٣	ليف	٣.٩٨
١٨٥٢	ليف	٣.٩٨
١٨٥١	ليف	٣.٩٨
١٨٥٠	ليف	٣.٩٨
١٨٤٩	ليف	٣.٩٨
١٨٤٨	ليف	٣.٩٨
١٨٤٧	ليف	٣.٩٨
١٨٤٦	ليف	٣.٩٨
١٨٤٥	ليف	٣.٩٨
١٨٤٤	ليف	٣.٩٨
١٨٤٣	ليف	٣.٩٨
١٨٤٢	ليف	٣.٩٨
١٨٤١	ليف	٣.٩٨
١٨٤٠	ليف	٣.٩٨
١٨٣٩	ليف	٣.٩٨
١٨٣٨	ليف	٣.٩٨
١٨٣٧	ليف	٣.٩٨
١٨٣٦	ليف	٣.٩٨
١٨٣٥	ليف	٣.٩٨
١٨٣٤	ليف	٣.٩٨
١٨٣٣	ليف	٣.٩٨
١٨٣٢	ليف	٣.٩٨
١٨٣١	ليف	٣.٩٨
١٨٣٠	ليف	٣.٩٨
١٨٢٩	ليف	٣.٩٨
١٨٢٨	ليف	٣.٩٨
١٨٢٧	ليف	٣.٩٨
١٨٢٦	ليف	٣.٩٨
١٨٢٥	ليف	٣.٩٨
١٨٢٤	ليف	٣.٩٨
١٨٢٣	ليف	٣.٩٨
١٨٢٢	ليف	٣.٩٨
١٨٢١	ليف	٣.٩٨
١٨٢٠	ليف	٣.٩٨
١٨١٩	ليف	٣.٩٨
١٨١٨	ليف	٣.٩٨
١٨١٧	ليف	٣.٩٨
١٨١٦	ليف	٣.٩٨
١٨١٥	ليف	٣.٩٨
١٨١٤	ليف	٣.٩٨
١٨١٣	ليف	٣.٩٨
١٨١٢	ليف	٣.٩٨
١٨١١	ليف	٣.٩٨
١٨١٠	ليف	٣.٩٨
١٨٠٩	ليف	٣.٩٨
١٨٠٨	ليف	٣.٩٨
١٨٠٧	ليف	٣.٩٨
١٨٠٦	ليف	٣.٩٨
١٨٠٥	ليف	٣.٩٨
١٨٠٤	ليف	٣.٩٨
١٨٠٣	ليف	٣.٩٨
١٨٠٢	ليف	٣.٩٨
١٨٠١	ليف	٣.٩٨
١٨٠٠	ليف	٣.٩٨
١٧٩٩	ليف	٣.٩٨
١٧٩٨	ليف	٣.٩٨
١٧٩٧	ليف	٣.٩٨
١٧٩٦	ليف	٣.٩٨
١٧٩٥	ليف	٣.٩٨
١٧٩٤	ليف	٣.٩٨
١٧٩٣	ليف	٣.٩٨
١٧٩٢	ليف	٣.٩٨
١٧٩١	ليف	٣.٩٨
١٧٩٠	ليف	٣.٩٨
١٧٨٩	ليف	٣.٩٨
١٧٨٨	ليف	٣.٩٨
١٧٨٧	ليف	٣.٩٨
١٧٨٦	ليف	٣.٩٨
١٧٨٥	ليف	٣.٩٨
١٧٨٤	ليف	٣.٩٨
١٧٨٣	ليف	٣.٩٨
١٧٨٢	ليف	٣.٩٨
١٧٨١	ليف	٣.٩٨
١٧٨٠	ليف	٣.٩٨
١٧٧٩	ليف	٣.٩٨
١٧٧٨	ليف	٣.٩٨
١٧٧٧	ليف	٣.٩٨
١٧٧٦	ليف	٣.٩٨
١٧٧٥	ليف	٣.٩٨
١٧٧٤	ليف	٣.٩٨
١٧٧٣	ليف	٣.٩٨
١٧٧٢	ليف	٣.٩٨
١٧٧١	ليف	٣.٩٨
١٧٧٠	ليف	٣.٩٨
١٧٦٩	ليف	٣.٩٨
١٧٦٨	ليف	٣.٩٨
١٧٦٧	ليف	٣.٩٨
١٧٦٦	ليف	٣.٩٨
١٧٦٥	ليف	٣.٩٨
١٧٦٤	ليف	٣.٩٨
١٧٦٣	ليف	٣.٩٨
١٧٦٢	ليف	٣.٩٨
١٧٦١	ليف	٣.٩٨
١٧٦٠	ليف	٣.٩٨
١٧٥٩	ليف	٣.٩٨
١٧٥٨	ليف	٣.٩٨
١٧٥٧	ليف	٣.٩٨
١٧٥٦	ليف	٣.٩٨
١٧٥٥	ليف	٣.٩٨
١٧٥٤	ليف	٣.٩٨
١٧٥٣	ليف	٣.٩٨
١٧٥٢	ليف	٣.٩٨
١٧٥١	ليف	٣.٩٨
١٧٥٠	ليف	٣.٩٨
١٧٤٩	ليف	٣.٩٨
١٧٤٨	ليف	٣.٩٨
١٧٤٧	ليف	٣.٩٨
١٧٤٦	ليف	٣.٩٨
١٧٤٥	ليف	٣.٩٨
١٧٤٤	ليف	٣.٩٨
١٧٤٣	ليف	٣.٩٨
١٧٤٢	ليف	٣.٩٨
١٧٤١	ليف	٣.٩٨
١٧٤٠	ليف	٣.٩٨
١٧٣٩	ليف	٣.٩٨
١٧٣٨	ليف	٣.٩٨
١٧٣٧	ليف	٣.٩٨
١٧٣٦	ليف	٣.٩٨
١٧٣٥	ليف	٣.٩٨
١٧٣٤	ليف	٣.٩٨
١٧٣٣	ليف	٣.٩٨
١٧٣٢	ليف	٣.٩٨
١٧٣١	ليف	٣.٩٨
١٧٣٠	ليف	٣.٩٨
١٧٢٩	ليف	٣.٩٨
١٧٢٨	ليف	٣.٩٨
١٧٢٧	ليف	٣.٩٨
١٧٢٦	ليف	٣.٩٨
١٧٢٥	ليف	٣.٩٨
١٧٢٤	ليف	٣.٩٨
١٧٢٣	ليف	٣.٩٨
١٧٢٢	ليف	٣.٩٨
١٧٢١	ليف	٣.٩٨
١٧٢٠	ليف	٣.٩٨
١٧١٩	ليف	٣.٩٨
١٧١٨	ليف	٣.٩٨
١٧١٧	ليف	٣.٩٨
١٧١٦	ليف	٣.٩٨
١٧١٥	ليف	٣.٩٨
١٧١٤	ليف	٣.٩٨
١٧١٣	ليف	٣.٩٨
١٧١٢	ليف	٣.٩٨
١٧١١	ليف	٣.٩٨
١٧١٠	ليف	٣.٩٨
١٧٠٩	ليف	٣.٩٨
١٧٠٨	ليف	٣.٩٨
١٧٠٧	ليف	٣.٩٨
١٧٠٦	ليف	٣.٩٨
١٧٠٥	ليف	٣.٩٨
١٧٠٤	ليف	٣.٩٨
١٧٠٣	ليف	٣.٩٨
١٧٠٢	ليف	٣.٩٨
١٧٠١	ليف	٣.٩٨
١٧٠٠	ليف	٣.٩٨
١٦٩٩	ليف	٣.٩٨
١٦٩٨	ليف	٣.٩٨
١٦٩٧	ليف	٣.٩٨
١٦٩٦	ليف	٣.٩٨
١٦٩٥	ليف	٣.٩٨
١٦٩٤	ليف	٣.٩٨
١٦٩٣	ليف	٣.٩٨
١٦٩٢	ليف	٣.٩٨
١٦٩١	ليف	٣.٩٨
١٦٩٠	ليف	٣.٩٨
١٦٨٩	ليف	٣.٩٨
١٦٨٨	ليف	٣.٩٨
١٦٨٧	ليف	٣.٩٨
١٦٨٦	ليف	٣.٩٨
١٦٨٥	ليف	٣.٩٨
١٦٨٤	ليف	٣.٩٨
١٦٨٣	ليف	٣.٩٨
١٦٨٢	ليف	٣.٩٨
١٦٨١	ليف	٣.٩٨
١٦٨٠	ليف	٣.٩٨
١٦٧٩	ليف	٣.٩٨
١٦٧٨	ليف	٣.٩٨
١٦٧٧	ليف	٣.٩٨
١٦٧٦	ليف	٣.٩٨
١٦٧٥	ليف	٣.٩٨
١٦٧٤	ليف	٣.٩٨
١٦٧٣	ليف	٣.٩٨
١٦٧٢	ليف	٣.٩٨
١٦٧١	ليف	٣.٩٨
١٦٧٠	ليف	٣.٩٨
١٦٦٩	ليف	٣.٩٨
١٦٦٨	ليف	٣.٩٨
١٦٦٧	ليف	٣.٩٨
١٦٦٦	ليف	٣.٩٨
١٦٦٥	ليف	٣.٩٨
١٦٦٤	ليف	٣.٩٨
١٦٦٣	ليف	٣.٩٨